

L'Ajuntament de Barcelona llança un pla de xoc en salut mental dotat amb 1,5 M€ extraordinaris per abordar el patiment psicològic derivat de la Covid-19

26/05/2020

La meitat de la població de Barcelona assegura que el confinament està sent dur i el 86% admet la seva preocupació davant la situació que ha generat la pandèmia

Por, angixa i soledat són situacions comunes, tot i que també s'ha detectat una sobrecàrrega entre les persones cuidadores, un augment de les situacions de risc i més simptomatologia entre les persones amb trastorns mentals previs

L'Ajuntament de Barcelona posarà en marxa un pla de xoc en salut mental per fer front els efectes que pugui generar la Covid-19 a nivell emocional entre la ciutadania, un reforç important que es farà de la mà de les entitats que integren la Taula de Salut Mental de la ciutat i d'altres especialitzades en l'acompanyament i el suport psicològic. El pla està dotat amb 1,5 milions d'euros extraordinaris, un increment del 234% respecte als 640.000 euros que ja estava previst destinar aquest any als diferents programes municipals de salut mental que funcionen a Barcelona, igualment de la mà d'entitats especialitzades, que es mantindran en tot cas.

El pla de xoc s'ha fixat arribar als quatre col·lectius que s'han identificat amb més necessitats de suport específic perquè estan patint especialment l'impacte de la crisi: infants i adolescents, persones cuidadores que han assumit una sobrecàrrega important, persones grans i persones amb problemes de salut mental. Igualment, es preveuen línies específiques per abordar el suport i l'acompanyament al dol, la prevenció del suïcidi, el suport i l'assessorament expert a professionals de l'àmbit comunitari de les zones amb especials dificultats per fer prevenció i detecció i, finalment, programes per protegir la salut mental de la ciutadania durant la crisi i per detectar i acompanyar el malestar psicològic.

La mesura arriba en un moment en què s'ha pogut constatar que la situació actual és complicada per a un volum important de la ciutadania i tot apunta que aquests efectes es perllongaran en el temps. Concretament, l'enquesta de seguiment de la Covid-19 a Barcelona que està fent setmanalment l'Oficina Municipal de Dades reflexa que el 49% de la població assegura que el confinament està essent molt o bastant dur, mentre que fins el 86% es declara molt o bastant preocupat per la situació que s'està vivint. Les xifres més actuals són del passat 14 de maig, però els percentatges d'afectació s'han mantingut força estables, amb poques variacions setmanals des que l'enquesta es va començar a fer el passat 11 d'abril.

De fet, hi ha altres indicadors que confirmen l'existència d'una crisi emocional que se superposa a la crisi sanitària i econòmica. Així ho demostra l'anàlisi de trucades que s'han fet als diferents telèfons d'escolta i de suport que han funcionat a Barcelona durant la crisi, tant el que es va posar en marxa amb motiu del confinament de la mà del Col·legio Oficial de Psicologia de Catalunya (COPC) com el Telèfon de l'Esperança, que en aquest context han rebut gairebé 10.000 trucades —el 72% protagonitzades per dones i el 58% amb edats entre els 49 i els 69 anys—. Igualment, les valoracions de les Taules de salut mental que hi ha als districtes de la ciutat, així com la revisió d'articles publicats en mitjans especialitzats sobre l'impacte de la Covid-19 en la salut mental, o bé el seguiment que està fent l'Agència de Salut Pública de Barcelona (ASPB) sobre els efectes de la malaltia en els diferents barris de la ciutat, fan preveure un escenari en què l'acompanyament i el

reforç dels programes de salut mental serà clau per poder garantir el màxim benestar emocional possible de la ciutadania.

Entre els sentiments més destacats es troba la por i l'angoixa a un possible contagi i les implicacions que això podria tenir per a la persona i el seu entorn més immediat; un increment de les situacions de sobrecàrrega de les persones cuidadores; un fort impacte emocional per la mort i el dol en un context en què el comiat dels éssers estimats morts no s'ha pogut fer en condicions de normalitat; així com un agreujament de les sensacions d'aïllament i soledat especialment en la gent gran, entre d'altres. Addicionalment, amb el pas de les setmanes i la prolongació de les mesures de confinament s'ha pogut observar un augment de les situacions de risc i vulnerabilitat per la pèrdua de cobertura de necessitats bàsiques com per exemple l'alimentació, problemes de convivència, un increment de simptomatologia entre les persones amb un trastorn mental previ o amb addicions, i també dificultats creixents entre el personal laboral essencial, que ha de poder realitzar les seves tasques amb l'obligatorietat d'adaptar-se al nou context.

Estrictament pel que fa a infants, joves i adolescents, a partir de les més de 700 intervencions que s'han fet als serveis específics per a aquest col·lectiu com l'Aquí T'Escoltem, el Konsulta'm, els Centres per a Famílies amb Adolescents i la Xarxa de Centres Oberts, s'ha pogut constatar l'existència de situacions familiars que compliquen la convivència durant el confinament, així com dificultats per dormir i altres problemes disruptius i necessitats de pautes de comportament. Igualment, i partint de la base que aquesta crisi no afecta tothom per igual perquè subratlla amb tota la seva cruesa les desigualtats prèvies i persistents, s'han identificat condicions difícils de confinament com és conviure en un habitatge petit, sobreocupat o amb poca il·luminació com a detonants d'altres problemes de benestar emocional i angoixa en famílies que, per la seva situació, en ocasions no poden seguir el ritme escolar. Addicionalment, també s'observa en determinats casos una pauta de falsa pau i calma momentània que fa preveure que es problemes apareixeran a mesura que es vagi transitant cap a les diferents fases del desconfinament.

Per tot plegat, el pla de xoc en salut mental que posarà en marxa l'Ajuntament de Barcelona inclou diferents projectes que estaran actius entre els propers mesos de juny i juliol, com per exemple són:

1. Posada en marxa d'un **centre d'activitats en línia** d'aprenentatge i suport per afavorir la resiliència i el benestar emocional, que oferirà eines per afrontar dificultats en els temps de la Covid-19. Serà una eina universal per protegir la salut mental durant la crisi, a través d'un espai web per a la divulgació de recursos, propostes de formació i iniciatives grupals. Es tracta d'una iniciativa que ja s'està desenvolupant en ciutats com Nova York.
2. Un programa de **suport i assessorament en salut mental als i les professionals socials i d'entitats**. D'aquesta manera es vol millorar la detecció precoç dels problemes de salut mental, principalment als barris amb més dificultats socials i de la mà dels Centres de Salut Mental d'Adults (CSMA) i els Centres de Salut Mental Infantil i Juvenil (CSMIJ), que intensificaran l'abordatge comunitari als serveis de base.
3. La posada en marxa d'un **telèfon adreçat a la infància i les famílies**. Aquesta línia d'atenció no substituirà altres dispositius o serveis ja existents i en funcionament, sinó que actuarà com un reforç específic. Estarà dirigit especialment a nens, nenes i adolescents, familiars directes o tutors legals, així com educadors/es, mestres, professors/es o monitors/es que plantegin dificultats en el maneig emocional amb infants i adolescents. Els principals punts d'atenció aniran dirigits a la gestió de les emocions, les relacions iguals i amb la famílies, l'establiment de rutines saludables o l'activitat psicomotriu i el joc, entre d'altres.
4. Suport a les entitats que treballen en l'àmbit de la **inserció sociolaboral de les persones amb problemes de salut mental**. Es donarà suport a les entitats de la ciutat que treballen en el sector de la inserció sociolaboral en el mercat ordinari de persones amb trastorn mental perquè puguin reforçar els seus serveis i programes d'acompanyament i orientació en l'àmbit laboral a les persones afectades i sobretot ampliar el treball amb les empreses perquè incorporin aquests perfils en la seva plantilla. Així, les persones amb problemes de salut mental tindran més facilitats de retorn al mercat laboral i, per tant, de continuar amb els seus processos individuals de recuperació i projecte de vida.